

# הבית השני

**מ**רכזי "ניצן הורים" הם מרכזי הדרכה והעצמה להורים עם לקויות למידה, קשיי הסתגלות ותפקוד או הפרעת קשב וריכוז שיש להם ילדים בגיל הרך. למעשה הוא פועל תחת אגודת "ניצן". לניצן הורים יש 4 סניפים בארץ: בהרצליה, בראשון לציון, באשדוד ובכרמיאל. להקמת "ניצן הורים" חברו יחדיו אגודת "ניצן", החוג ליעוץ חינוכי באוניברסיטת תל אביב, אנשי אקדמיה ואנשי מקצוע. יוזמות ומקימת "ניצן הורים" בכרמיאל היא תושבת העיר טובה סגול. המנהלת הארצית היא רויסל אלוני-גנץ (כן, אשתו של), שהיא מרפאה בעיסוק ויועצת חינוכית עם התמחות בגיל הרך.

הסניף בכרמיאל ממוקם בשכונת רבין. זהו בית להורים ולילדיהם. המקום מזמין מאוד הן להורים הבאים אליו לטיפול והן לילדיהם. גם העיצוב הפנימי המוקפד והחם מלו נותן תחושה של בית. יש בו חדר התכנסות גדול למפגשים הקבוצתיים, חדר משחקים עשיר, חדרים אינטימיים למפגשים אישיים עם מטפלים, ואפילו מטבח מאובזר להכנת ארוחות משותפות.

המרכז בכרמיאל פועל כבר 5 שנים. הוא מופעל בשיתוף עם עיריית כרמיאל - הם נתנו את המבנה והם עוזרים בתחזוקה שלו. הנמקום נותן שירות גם לתושבי משגב - היהודים והבדואים. למעשה, מנהלות ומרכזות אותו שתי תושבות ממשגב: מנהלת הסניף היא סמדר זהר - בעלת תואר שני בעבודה סוציאלית ובפסיכותרפיה עם התמחות מקצועית בגיל הרך, ההרצות מירנדה שמש - עובדת סוציאלית בהכשרה ומסיימת תואר שני בחינוך.

שתיהן תושבות כמון. משפחת זהר נרה ביישוב 28 שנים. יש להם 5 ילדים. הגדולה בת 31 והקטנה עומדת לפני גיוס. מירנדה שמש הגיעה ליישוב לפני שנים בעקבות נישואיה לבן כמון (משפחת גוטרמן). השניים הורים צעירים לשניים: בני 7 ו-5, והם מצפים לילד נוסף.

## מענה לצורך החסר באוכלוסייה

בעשרות השנים האחרונות מקבלים ילדים, בני נוער ובוגרים עם לקויות למידה, קשיי קשב וריכוז וקשיי הסתגלות ותפקוד תשומת לב רבה בטיפולים ובמחקר, והוריהם זוכים להגנה ולהדרכה כיצד להתמודד עם קשיים אלה ולקדם את ילדיהם. אולם, הקשיים אינם נפסקים כשהנערים מותבגרים. הם ממשיכים ללוות אותם גם בהמשך חייהם וגם כאשר הם הופכים לבעלי משפחות עם ילדים משלהם. יש לכך השלכות גם על התפקוד ההורי שלהם וגם על דימויים העצמי כהורים. עד לאחרונה לא נמצאו תמיכות מותאמות להורים באלה.

לשם כך הוקמו מרכזי "ניצן הורים". "ניצן הורים" הוא מקום ייחודי שמטרתו היא לתת מענה לאותם הורים. זהו: "סניפי ניצן הרגילים מטפלים בילדים. לעומת זאת,

איך לארגן סדר יום עם הילדים? איך לזכור לשלוח את הילד לגן עם חולצה לבנה? איך להתארגן בלוח הזמנים להסיע אותו לחוג וממנו? ללכת ליום הורים? אלה דוגמאות לחלק קטן מהתמודדות היום-יומית של הורים עם לקויות למידה, קשיי הסתגלות ותפקוד והפרעות קשב וריכוז • כדי לתת מענה להורים כאלה הוקמו מרכזים של "ניצן הורים" • אחד מהם נמצא בכרמיאל והוא מיועד גם לתושבי משגב – היהודים והבדואים • המרכז בכרמיאל נותן מענה להורים אלה באמצעות טיפולים קבוצתיים ופרטניים • הנקודה המשגבית: את הבית מנהלת סמדר זהר ורכזת הפעילויות במקום היא מירנדה שמש – שתיהן מכמון

17.79x20.23	2/5	33 עמוד	א לה גוש	30/11/2017	61308447-3
לקות למיד - 80373					



מנהלת 'ניצן הורים' כרמיאל סמדר זהר (משמאל) והרכזת מירנה שמאי

ליציאה ואו להעיר את הילד - כל הדברים האלה קשים לכל הורה, אבל הם מורכבים פי מיליון להורה שיש לו חוסר שקט של עצמו."

הטיפול וההדרכה במרכז מותאמים למבוגרים בעלי קשיי קשב וריכוז ולקורות למידה. העברת הידע נעשית בצורה חוויתית ובאופנים שונים ומגוונים, בקבוצות קטנות, עם הרבה הכלה וסבלנות לקשיים.

**כיצד אתם מטפלים בהורים? מהם אנשי המקצוע?**

זהר: "אנשי המקצוע במרכז הם מתנדבים וסטודנטים. כולם בעלי הכשרה במקצועות טיפוליים, כמה עובדים סוציאליים, פסיכותרפויסטים, מטפלים

סבלנות, בפיענוח מצבים שהילד נמצא בהם - קושי להבין מה קורה לו, במה שנקרא 'פתיח קצר', בארגון של סדר יום, בהתארגנות בכלל, בהצבת גבולות ובהבנה של מהות הצבת הגבולות והאופן שבו צריך לעשות את זה באופן יעיל.

ואם ניכנס לנעליים של הורה כזה - זה אומר שאם אני בתוך עצמי מבלגן וחוסר יכולת להיות מאורגן עם עצמי, ובא מולי ילד ואני צריך להיות עכשיו בשבילה, כמו: להגיע לן בזמן, לזכור שיש לו חוג ולדאוג להסיע אותו ולהחזיר אותו, שיש לו טיול, שהוא צריך להביא משהו לן, שיש יום הורים בן, שהוא צריך להיות לבוש בחולצה לבנה, לקום בבוקר מוקדם, לדאוג לכריכים ולעשות את כל ההכנות

סניפי 'ניצן הורים' מטפלים בהורים. אנחנו מטפלים בהורים שהיו פעם ילדים של ציפק, שקיבלו שם טיפול בגלל לקויות למידה או הפרעות קשב וריכוז. אנחנו מקבלים גם הורים שלא אובחנו, אך חווים קשיים של התארגנות בהורות. אנחנו מזמינים אלינו את ההורים שיש להם קשיים בהורות בגלל הקשיים הנ"ל. הקשיים שלהם מתבטאים בתחומים רבים. מדובר בהורים לילדים בגיל הצעיר - עד כיתות ב', ג'.

**"אני באה לפה כי אני רוצה להיות אימא יותר טובה"**

תנו לי דוגמאות לקשיי הורים כאלה זהר: "דוגמאות לכך: קשיים בגילויי

**סדר זה:**

"אנחנו מטפלים בהורים שהיו פעם ילדים של 'ניצן'. הם קיבלו שם טיפול בגלל לקויות למידה או הפרעות קשב וריכוז. אנחנו מקבלים גם הורים שלא אובחנו, אך חווים קשיים של התארגנות בהורות... מדובר בהורים לילדים בגיל הצעיר – עד כיתות ב', ג'"



**מירנדה שמש:**

ההורים שמגיעים לפה מרגישים שהם נמצאים בקבוצת השווים. מקבלים אותם כמו שהם ומצליחים לזהות את נקודות החוזק שלהם, במה הם מוצלחים. זה קורה כי יש לנו פה ריבוי ערוצים של טיפול ושל מפגש, עם הסתכלות מכמה כיוונים, וזה מה שעוזר

כאלה. ההורים שמגיעים לפה מרגישים שהם נמצאים בקבוצת השווים. מקבלים אותם כמו שהם ומצליחים לזהות את נקודות החוזק שלהם, במה הם מוצלחים. זה קורה כי יש לנו פה ריבוי ערוצים של טיפול ושל מפגש, עם הסתכלות מכמה כיוונים, וזה מה שעוזר. כשהילדים באים אנחנו מכירות גם אותם, וגם המטפלות נקשרות אליהם ואוהבות אותם. נוצר פה קשר של משפחה, כמו בית. המקום הוא בעצם מרכז חברתי להורים המגיעים למרכז, לילדים שלהם ולפעמים גם לסבים ולסבתות שמגיעים לכאן.

**מהי התכלית של הטיפול בקבוצות?**

זהו: "אנחנו מחפשים כל הזמן דרכים להגיע להורים. להורים האלה יש בעיות. אנחנו חושבים כל הזמן איך להגיש להם את ההדרכה בצורה הכי טובה והכי יעילה, ההנחה שלנו היא שדרך החוויה ודרך העבודה על עצמי אני פתאום מבין משהו. למשל, זו השנה השנייה שאנחנו עובדים על זה עם האימהות דרך האמנות. הן יוצרות דברים, מדברות על היצירה, מחברות את היצירה לחיים - גם יוצרות וגם מדברות ביניהן, זה ממש מרגש מה שקורה בקבוצת האלה.

קבוצה נוספת היא עבודה באמצעות פסיכודרמה. בנוסף, יש לנו קבוצת אבות שנפגשת בשעות הערב עם מנחה המומחה בהנחיית קבוצות. הוא עובד עם האבות על ההורות המיוחדת שלהם כבאב - איך אני תורם למשפחה, איך אני

מפצירים באימהות שלהם לא פעם שהם רוצים כבר ללכת ליניצן". על כך מוסיפה שמש: "הקשרים שנוצרים פה בין המתנדבות שנמצאות עם הילדים ובין הילדים עצמם מאוד חזקים. אפשר לראות פה מתנדבות שמקבלות את הילדים כשהם תינוקות. הקשר שנוצר ביניהם במשך מספר השנים שבהן הן מלוות אותם הוא קשר מאוד עמוק, ממש כמו של סבתות ונכדיהן".

המרכז פתוח משעות הבוקר עד הערב הטיפוליים להורים ניתנים בשעות המתאימות להם. במידה שההורים אינם עובדים, ניתנים המפגשים הפרטניים בשעות הבוקר והצהריים.

**מהי תדירות המפגשים עם ההורים?**

שנשי: "בדרך כלל פעם בשבוע, אבל יש משפחות שמגיעות יותר פעמים - לדוגמה אימא שמגיעה לטיפולים פרטניים, ובאחד הימים אחר הצהריים מגיע לטיפול קבוצתי, וכנ"ל גם האבא. חשוב לי להדגיש, וזה גם מה שמיוחד אותנו - לחלק גדול מהמשפחות נוצרת פה איזושהי תחושת שייכות, מעין קהילתיות".

את התחושה הזאת מקנות השתיים באמצעות חגיגות משותפות בחגים, טיולים משותפים וע"י מעורבות בחיים הפרטניים של המשפחות "בנובה העיניים", כפי שמגדירה זאת שמש, ומוסיפה: "יש פה גם תחושה של דאגה הדדית שנוצרת בקבוצות, וזו גם חוויה שחשובה להורים

כאמנות, מטפלים בפסיכודרמה, ועוד. אנחנו עובדים עם ההורים במספר דרכים: עבודה בקבוצות - ההורים באים לקבוצת הדרכה. הם יכולים להביא איתם את הילדים ובזמן ההדרכה יש מטפלות מתנדבות שמעסיקות אותם. אנחנו עורכים גם מפגשים פרטניים של איש מקצוע מול הורה או מול זוג הורים. אני באופן אישי מעדיפה שתמיד יבואו זוג הורים ואז התוצאות נהדרות והרווחה הוא כפול. פעילות נוספת במרכז היא פעילות 'המרחב הפתוח'. זהו פעילות משותפת של הורה וילד יחד עם עוד הורה וילד (שתי 'דיאדות'). הם משחקים באחד ממרחבי המרכז המשופע במשחקים, כאשר שני פסיכולוגים מבוגרים (מתנדבים) וצופים במשחק שלהם. אני צופה בהם מהמשרד שלי הממוקם ממול - הם לא רואים אותי (יש לי מראה חד כיוונית בהלון החדר). בהמשך כל הורה מקבל הדרכה בנפרד. לאחר מכן אני יושבת עם ההורים ביחד עם הפסיכולוגים ומשתתפים בטיפול".

**איך ההורים מסבירים לילדים את הצורך שלהם להגיע למקום?**

זהו: "שמעתי אימא שאמרה לילד שלה שהיא באה לפה כי היא רוצה להיות אימא יותר טובה. יש אימהות שמוספרות לילדים בגיל הצעיר יותר שהן הולכות לחוג, ומכיוון שבזמן שהאימא נמצאת בטיפול הקבוצתי הילדים מקבלים תשומת לב מלאה מהמתנדבות שלנו, הם



סוילים משותפים עם הורים וילדים ופעילות יצירה עם הילדים כבית יניצן הורים כרמיאל



ובכדי שילדיהם יגדלו במביבה בריאה. וכמו בכל בית - גם מקומה של האוכל אינו נפקד במרכז. "אוכל פה הוא גם נושא חשוב. יש לנו קבוצת בישול, אנחנו מכינים ארוחות ערב לילדים, מכינים כיבוד לכל האירועים".

**יש לכם קשר עם הגנתות?**

זהו: "בטוח. הקשר עם הגנתות הוא בעיקר סביב זה שהן יבינו מה אנחנו עושים פה במרכז ושינסו לשלוח אלינו משפחות כשהן שולחות את המטפחות אנחנו נמצאות איתן בקשר במידה שהן רוצות מעבר לזה, כשמתעורר הצורך אנחנו דואגים לקשר בין ההורה לבין הגנתות, מה שנקרא זיווך" - איש מקצוע שעוזר להורה להיות בתקשורת טובה ונכונה עם הגנתות. לדוגמה, כשגנת רואה שיש ילד שבאופן קבוע לא מגיע עם הספר ספרייה, עם החולצה הלבנה וכד' היא מאוד כועסת על ההורים, וחושבת שאלה הורים מזניחים, הורים לא מספיק טובים. במקרה כזה תיווך קטן יכול מאוד לעזור.

תחושה שהם לא יצליחו. יש להם דימוי עצמי נמוך שנבנה ומתפתח לאורך השנים, מאז שהם היו ילדים ואולי קיבלו מסרים כאלה מהסביבה.

לא מספיק לדבר עם הורים כאלה על הורות ועל איך לעשות את זה נכון, צריך גם להבין קצת יותר לעמוק את המקום הזה של חוסר האמנה בעצמם ולתת להם תחושה שהם כן יכולים, שהם כן יצליחו ולהעצים ולחזק אותם. על זה אנחנו עובדים בכל מיני אמצעים שהם אולי יותר טיפוליים ופחות נחשבים להדרכת הורים קלאסית".

זהו מסכימה עם הגאמר ומרחיבה: "זה דבר שבאמת חשוב להדגיש. ילד שכל הזמן הורה נישלחות וכל הזמן הסביבה משדרת לו שהוא לא מספיק טוב, לא כמו כולם, לא מצליח, לא מתקדם - אוסף נישלחות כל החיים והדימוי העצמי והביטחון העצמי שלו מאוד נמוכים. אנחנו עובדים על הדברים האלה כדי שלא יהיו מבודדים חברתית ורגשית,

לא מרגיש מיוחד, איך אני נמצא יותר עם הילדים, איך אני פחות עצבני, מכיל יותר, לפעמים עולות שאלות של קריירה וזוגיות אך הזרקור הוא על ההורות".

**למה קבוצות האבות והאימהות עובדות בנפרד?**

זהו: "מצאנו שאם הדרך הנכונה לקבוצות של אחר הצהריים מוזמנים הורים, אם גם אבות רוצים להגיע לקבוצות אלה - הם מוזמנים, אבל כשהאבות עובדים בנפרד יש תוצאות נהדרות".

שמש: "דבר נוסף שחשוב להבין לגבי מבוגרים שיש להם קשיי קשב וריכוז ולקויות למידה זה שיש להם קושי עם הורות. זה לא יהיה מספיק אם אדבר אליהם בנוסחאות כדי לתת להם כלים, כמו: אם הילד עושה ככה - אז תהגו כך, זה לא מספיק כי יהיה להם מאוד קשה לקחת את מה שנאמר להם וללכת ולהטמיע אותו בזמן אמת בבית עם כל המתח והלחץ של חיי היום-יום. כי הרבה פעמים מה שיושב אצלם עמוק בפנים זו



חדר המשחקים בתוך הבית משמש גם לתצפיות 'הסרח הפתוח'

אנחנו בקשר גם עם היועצות והמחנכות בבתי"ס היסודיים."

## "מבחינת התחושה אנחנו חווים פה הצלחות"

**האם יש לכם הדרכות מקצועיות?**  
זהו: 'מנהלת ניצן הורים' בארץ ריטל אלני-גנץ מלווה את הצוותים בכל הארץ. מלבד זאת, האבא שלנו זה אגרות ניצן. בנוסף אנחנו מקבלות הדרכות ומשתתפות אחת לחודש במפגשי מנהלים ורכזים. אנחנו ארגון לומד, ארגון חוקר. אנחנו עושים עכשיו מחקר על עצמנו - האם הפעילויות שלנו אכן מותאמות לאוכלוסייה שלנו ואיך ניתן לשפר אותן, ואנחנו גם בונים מדדים כדי לראות אם אנחנו עובדים נכון."

## הורים ממשגב מוזמנים להגיע למרכז וגם מתנדבים

לדברי זהר, כדי להביא הורים למרכז עושות השתיים 'חריש בקהילה': גני ילדים, מעונות, מרכזי התפתחות הילד, מרפאות קופות החולים השונות, מרכזי צעירים, ועוד - 'כל המקומות שהורים צעירים מגיעים אליהם. דרך גוספת היא

זקוקים לעזרה. אז אם יש מישהו שסובל - יכול להיות שקבוצת האבות שלנו תיתן לו מענה."

גם גנות שקוראות את הכתבה וחושבות שיש הורים שהמרכז יכול לעזור להם, מחמנת ליידע את ההורים על המרכז. המרכז נותן טיידות גם לאוכלוסיה הבדואית במשגב. "אחד הסטודנטים המטפלים במקום דובר ערבית" מצהירות השתיים בשמחה, "ההורים מתאימים מהמגור מחמנים".

ההורים המתעניינים מוזמנים לפגישת היכרות שבה הם מפרטים את קשייהם, ובהתאם לכך מתקבלת החלטה אם המרכז מותאים להם ויכול לתת פתרונות לקשייהם. את הפגישה יש לזמין מראש. השירות ניתן בתשלום סמלי. מסבירה זהר: "אנחנו גובים 100 ש' לחודש ומספר הביקורים של ההורים בחודש אינו מוגבל. הם יכולים לבוא 3 פעמים בשבוע, כולל כיבוד וארוחות ערב לילדים".

קריאה נוספת של השתיים מופנית למתנדבים ולסטודנטים בעלי הכשרה במקצועות מהעולם הטיפולי: פסיכולוגיה, עבודה סוציאלית, ייעוץ חינוכי, ריפוי בעיסוק וכד', היות שהמקום מבוסס על התנדבות.

מבוקשים גם סבים וסבתות וכן גנות בגמלאות המוכנים להתנדב להפעיל את הילדים המגיעים עם הוריהם למרכז, בשעות אחר הצהריים, בפעילויות יצירה, במשחקים, ב"שעת סיפור" וכו'.

לסיום הריאיון מסכמת זהר: "אנחנו חולים פה הצלחות. אנחנו מחזרים אחרי ההורים שלנו בלי סוף, מצייעים להם דרכים שונות. לא מוותרים עליהם. בסופו של דבר אנחנו רואים תוצאות".

'חבר מביא חבר'. אנחנו משתדלות גם לפרסם את המרכז בפייסבוק דרך כל מיני מתנדבים."

השתיים יוצאות בקריאה להורים ממשגב שיש להם קשיים כפי שתוארו לעיל ליצור איתן קשר. הן מדגישות שההורים לא חייבים להיות מאובחנים, אלא מספיק שהם חווים קשיים. הקריאה מופנית כמובן גם לאבות החווים קשיים. "אנחנו חושבות שבגברים עדיין פחות מודים שהם

## ציטוט מתוך מכתב שכתבה לסמדר זהר אימא המטופלת במרכז:

"הגעתי לכאן בהשגחה וספקות. מה כבר אפשר לראות או להיות ב-30 דקות בקשר שלי עם הבן שלי... אבל מסתבר שבניצנים של אנשים כמרכז, בעלי מקצוע, רואים את הדברים אחרת. גם עם הזמן קרו דברים, עלו כעסים, ואז שיהיה שניהלנו היו סכתינו שיהיה טובות. הפרשנויות שלכם והעצות שנתתם אני מקווה שיופגמו ויצופו בעתיד. כשהגעתי לא בדיוק ידעתי את תפקידי כאימא, את האחריות שלי למצבים מסוימים. נתת לי כאן אמון, כלים, ובעיקר מימשהי כאן את היצירתיות שלי המופלאה במשחק ונליתי כמה זה תלוי בי וכמה הבן שלי יכול בקלות להסתפק אחרת."

היום אני משתמשת בזה המון. זה הכלי החזק אצלי בבית לצאת ממצבים מסוימים. השתדלתי לצאת מכל מפגש עם משהו אחד ואני איישה אותו בהרף. אם זה לומר את הדברים בצורה יותר תקשורתית ואז זה מקבל גם משמעות אחרת, אם זה להתכונן רגע לפני במהלך הבא שאני יכולה לצפות בו ולדעת לנער ולקחת את זה למקום אחר. הבנתי שצריך להשוב כל הזמן כשיש ילדים - להיות יצירתית, לראות מהלכים - זה לא היה קל אבל אני מרגישה שינוי עצום."

אני יוצאת עם יותר ביטחון, עם יותר כלים ואפשרויות. תודה לכם על הזמן שנתתם, ולסמדר שבמצבים קשים שלא רציתי להמשיך, לא ויתרה".

מרכזי התקשורת למתעניינים:

טלסון במרכז 04-9982727

סמדר 050-7235638

אינטרנט: www.iltzan-israel.org.il